**Консультация для родителей**

*«****Кинезиологические игры для дошкольников****»*

Подготовила: учитель-логопед МБДОУ № 74

Нечитайлова Н.А.

Каждый родитель желает своему ребенку счастья, здоровья, успехов в учебе и еще много всего только хорошего. Но не все мамы и папы, и даже не все бабушки и дедушки могут ответить на вопрос – как лучше развивать ребенка, чтобы ему было не только легко усвоить новые многочисленные знания, а и интересно и увлекательно это сделать.

В данной консультации хочется рассказать о таком простом, но очень действенном методе развития умственных способностей, как кинезиология. Все педагоги называют кинезиологию просто - гимнастика для ума.

Что же такое *«****кинезиология****»*? В переводе на русский язык *«****кинезиология****»* обозначает гимнастика мозга или наука о развитии головного мозга через определённые двигательные **упражнения**.

На что оказывают влияние **кинезиологические упражнения**?

Всем известно, что мозг человека состоит из двух полушарий. По исследованиям физиологов правое полушарие головного мозга – гуманитарное, образное, творческое – отвечает за тело, координацию движений, пространственное и **кинестетическое восприятие**. (восприятие мира через рецепторы, расположенные на теле человека).

Левое полушарие головного мозга – математическое, знаковое, речевое, логическое, аналитическое, оно отвечает за восприятие – слуховой информации, постановку целей и построений программ.

Работа мозга складывается из деятельности двух полушарий, связанных между собой системой нервных волокон. Эта система волокон и называется мозолистое тело. Мозолистое тело необходимо для координации роботы головного мозга и передачи информации из одного полушария головного мозга в другое.

Если нарушается работа межполушарных связей, то это ведет к нарушению пространственных ориентаций, страдает адекватное эмоциональное реагирование и координация работы зрительного и аудиального восприятия. Ребенок в таком состоянии плохо воспринимая информацию на слух или глазами.

Именно **упражнения по кинезиологии** позволяют активизировать межполушарное воздействие, синхронизировать работу обоих полушарий головного мозга, формирует новые нейронные связи между полушариями головного мозга.

Существует целый ряд  **кинезиологических упражнений**, которые улучшают мыслительную деятельность, развивают межполушарное взаимодействие, мелкую моторику, память, внимание, речь, мышление.

К комплексу таких **упражнений относятся**:

- растяжки;

- дыхательные **упражнения**;

- глазодвигательные **упражнения**;

- телесные **упражнения**;

- **упражнения** на тренировку тонких движений пальцев рук;

- **упражнения на релаксацию**.

Совершенствование интеллектуальных и мыслительных процессов необходимо начинать с развития движений пальцев и тела. Развивающая работа должна быть направлена от движений к мышлению, а не наоборот.

***Кинезиологические упражнения****:*

1.“Колечко”.

Поочередно перебирать пальцы рук, соединяя в кольцо большой палец и последовательно указательный, средний, безымянный и мизинец. **Упражнения выполнять**, начиная с указательного пальца и в обратном порядке от мизинца к указательному. Выполнять нужно каждой рукой отдельно, затем обеими руками вместе.

2.“Кулак – ребро - ладонь”

На столе, последовательно, сменяя, выполняются следующие положения рук: ладонь на плоскости, ладонь, сжатая в кулак и ладонь ребром на столе. Выполнить 8-10 повторений. **Упражнения** выполняются каждой рукой отдельно, затем двумя руками вместе.

3.“Лезгинка”.

Левая рука сложена в кулак, большой палец отставлен в сторону, кулак развернут пальцами к себе. Правая рука прямой ладонью в горизонтальном положении прикасается к мизинцу левой. После этого одновременно происходит смена правой и левой рук в течении 6-8 раз.

4.“Зеркальное рисование”.

Положите на стол чистый лист бумаги. Возьмите в обе руки по карандашу или фломастеру. Начните рисовать одновременно обеими руками зеркально-симметричные рисунки, буквы. При выполнении этого **упражнения почувствуете**, как расслабляются глаза и руки. Когда деятельность обоих полушарий синхронизируется, заметно увеличится эффективность работы всего мозга.

5."Горизонтальная восьмерка".

Вытянуть перед собой правую руку на уровне глаз, пальцы сжать в кулак, оставив средний и указательный пальцы вытянутыми. Нарисовать в воздухе горизонтальную восьмерку как можно большего размера. Рисовать начинать с центра и следить глазами за кончиками пальцев, не поворачивая головы. Затем подключить язык, т. е. одновременно с глазами следить за движением пальцев, хорошо выдвинутым изо рта языком.

6. “Домик”

Мы построим крепкий дом,

Жить все вместе будем в нем.

Соединить концевые фаланги выпрямленных пальцев рук. Пальцами правой руки с усилием нажать на пальцы левой руки. Отработать эти движения для каждой пары пальцев.

7."Замок".

Скрестить руки ладонями друг к другу, сцепить пальцы в замок, развернуть руки к себе. Двигать пальцем, который укажет взрослый, точно и четко. Нежелательны движения соседних пальцев. Прикасаться к пальцу нельзя. В **упражнении** последовательно должны участвовать все пальцы обеих рук.

8."Ухо—нос". Левой рукой возьмитесь за кончик носа, а правой рукой — за противоположное ухо. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши, поменяйте положение рук «с точностью до наоборот».

Применение кинезиологических упражнений позволит улучшить у ребенка:

• Память, внимание, речь

• Пространственные представления

• Мелкую и крупную моторику

• Снизить утомляемость

• Повысить способность к произвольному контролю

Включайте кинезиологические упражнения в игры, в минутки отдыха, сделайте неотъемлемой частью ваших совместных развивающих занятий и, несомненно, увидите положительные результаты!